

東本郷地域ケアプラザ新聞



たんぽぽ 7月号



第16号 2017年7月1日 発行

社会福祉法人 横浜YMCA福祉会

横浜市東本郷地域ケアプラザ

〒226-0002 横浜市緑区東本郷 5-5-6

TEL:045-471-0661 Fax:045-471-0678

発行責任者: 所長 瀬谷 智明

東鴨居中学校で福祉体験プログラムを実施しました！

2017年5月31日(水)、横浜市立東鴨居中学校にて、1年生を対象に福祉体験プログラムを実施しました。当日は、“緑ハートバリアフリー”の実行委員の方を講師に迎え、また同ケアプラザで活躍するボランティアグループ「なすびの花の会」から5名のボランティアの方を招いて、盲導犬の役割や仕事について学んだほか、目の不自由な方が歩行の際に使用する白杖についての講座や、室内でのブラインドウォーク、校庭でブラインドマラソンなどに挑戦しました。

福祉体験を通して、生徒の皆さんの心にどのように響いたのか、そのことに、私たちスタッフも関心を寄せています。夏休みには、中学生を対象とした「ちょいボラ体験」を同ケアプラザで用意しています。少しでも興味のある人は、一緒に参加してもらえると嬉しく思います。

(ときわ しょういち)



～ デイサービスからの便り ～

夏祭りが近づき、陽射しの強い日がございます。いかがお過ごしでしょうか。体調の変化に気をくばり、楽しい毎日を送りたいものです。

さて、デイサービスではリハビリをかねた制作活動をおこなっています。今月は季節を感じる飾り付けを皆さんで作りました。

楽しそうに色付けをする方紙をカットする方、糊付けをして完成させる方など、役割分担して作品にすることは、会話も弾み楽しいものでした。

互いに褒め称える心をいつまでも大切にしたいですね。

ご興味のある方は、是非ご見学にいらしてください。お待ち申し上げます。

また、看護師や介護士、ボランティアの方も大募集中です。お気軽にお問い合わせください。
(いりくら りょうすけ)



～ホームページもご覧ください～

皆さまからご心配をいただいております東本郷地域ケアプラザのホームページが6月より閲覧可能となっております。

<https://www.higashihongo-ymca.org>

ケアプラザの利用案内のほか、イベント案内、たんぽぽの最新号なども掲載されています。こちらのご活用も、よろしくお願ひします。

介護予防事業

介護予防事業

歯つらつ健康講座その1 ～お口のアンチエイジング～

8月の予告

- ・講師：安田 加代子氏（歯科衛生士）
- ・日程：8月31日（木）13：30～15：30
- ・場所：東本郷地域ケアプラザ多目的ホール
- ・対象：40歳以上の方
- ・募集人数：25名（先着順）
- ・申し込み先：東本郷地域ケアプラザ TEL471-0661 担当 関本



介護予防事業

健康栄養講座その1

～いつまでもおいしく食べられるために～

まだまだ募集中

- ・講師：高橋 亜矢氏（シダックス 管理栄養士）
- ・日程：7月27日（木）13：30～15：30まで
- ・場所：東本郷地域ケアプラザ多目的ホール
- ・対象：40歳以上の方
- ・募集人数：25名（先着順）
- ・申し込み先：東本郷地域ケアプラザ TEL471-0661 担当 関本



生活支援コーディネーター 小久保遼 のコラム vo.14 キャラバンメイト養成研修

先日横浜市が開催した「キャラバンメイト養成講座」に参加してきました。認知症に対する理解と、正しい知識を持った「認知症サポーター」を養成する講師役が「キャラバンメイト」となります。今回は、講師役の養成研修というわけです。キャラバンメイトは認知症サポーター養成講座を開くことが主な役割で、今回の研修では「寸劇を行う・DVDを見て感想や意見を話し合う」などの手法を考え、地域の住民・学校・企業を対象に、どのようにすればわかりやすく認知症への理解を深められるか、ということを中心に話し合いも行われました。

キャラバンメイトは、全国に8,829,946人います。また、横浜市には3019人がキャラバンメイトの資格を取得しており、昨年度（平成29年3月31日時点）は全国で5000回以上も認知症サポーター養成講座を実施されました。東本郷地区でも既にキャラバンメイトさんをご活躍されており、小学生の認知症サポーターも養成されています。ケアプラザも一緒にご協力させていただき、認知症に理解のある認知症サポーターを、より広げていくことができればと思っております。私も今回の研修でキャラバンメイトの資格を取得致しましたので、「認知症サポーター養成講座」のご興味のある方、是非気軽にお声かけください！





2017年7月・8月開催のお知らせ



こころの病 個別相談会

- 開催日 7月10日(月) 8月14日(月)
- 時間 ①15:00~15:45
②16:00~16:45
- 協力 緑区生活支援センター
地域包括支援センター・星(受付担当)までお電話でお申込み下さい。
TEL 045-471-0661
開催日以外でご希望の日にちがありましたらご相談下さい。

健康相談日

- 開催日 7月12日(水) 19日(水)
8月23日(水) 30日(水)
- 時間 13:30~14:30
《ケアフラザ協力医》
甘粕 誠先生(あまかす医院)にお越しいただき健康相談を行っています。ご専門は泌尿器科です。尿失禁・膀胱炎などで、ご心配な方はご相談下さい。

のんびりサロン

おひとりで、お仲間とご一緒でもゆっくりくつろいでいただけるサロンです。雑誌やドリンク・バーもご用意しております。趣味を楽しむもよし、夕ご飯のメニューを考えるもよし、ご自由にお立ち寄りくださいませ。

- 開催日
7月6日(木)・7月18日(火)
8月3日(木)・8月15日(火)
- 時間 13:30~15:30
- 参加費:100円(お茶菓子代)

みんなでポッチャを楽しもう! and ポッチャ愛好クラブ

- 開催日
共催: 7月13日(木) 8月10日(木)
自主: 7月21日(金) 7月28日(金)
8月18日(金) 8月25日(金)
- 時間 13:45~15:45

スクエアステップ プラス

高齢者の転倒予防、介護予防、認知機能向上、体力づくりを目的とします。生活に楽しさ、体力、能力をプラスしましょう!

- 日時 第1・第3水曜日
14:00~15:30
7月5日(水)・7月19日(水)
8月2日(水)・8月16日(水)
- 場所 東本郷地域ケアフラザ
多目的ホール
- 参加費 無料
*何歳の方でもどうぞ!
*持ち物
運動のできる服装・室内靴・タオル

キッズオアシスひかぽん

親子の広場 未就園児対象



- 開催日 7月13日(木)・7月25日(火)
8月10日(木)・8月22日(火)
- 時間 10:00~11:45

ストレッチ体操

- 開催日時 月3回 木曜日
7月: 6日・20日・27日
8月: 3日・17日・24日
- 時間 初級 9:30~10:45
中級 11:00~12:15
- 参加費 毎回参加受付時に集金いたします。
初回:500円(登録料+講師謝礼金)
2回目以降:300円(講師謝礼金)
運営:自主活動グループ 共催:東本郷地域ケアフラザ

イベントカレンダー

7月

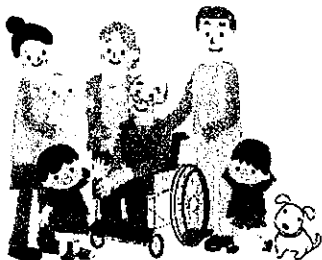
★印の活動へのご参加はお申込みが必要です。

日	月	火	水	木	金	土
						1 ピンポンサロン
2	3	4 ピンポンサロン	5 囲碁サロン ★スクエアステッププラス	6 ストレッチ体操 のんびりサロン	7	8
9	10 ★こころの病	11 ピンポンサロン	12 囲碁サロン 健康相談	13 ひがぼん ポッチャ (共)	14	15 ピンポンサロン
16	17 ★行政書士無料相談会	18 のんびりサロン ピンポンサロン	19 囲碁サロン ★スクエアステッププラス 健康相談	20 ストレッチ体操	21 ★夏ブラ・ポッチャ	22 ★かもかもクラブ
23 休館日	24 ★夏ブラ・囲碁	25 ひがぼん(プ-ル) ピンポンサロン	26 ★夏ブラ・囲碁 よりみち学習	27 ★夏ブラ・囲碁 ★介護予防講座 ストレッチ体操	28 ポッチャ (自)	29 ★夏ブラ パンとデザート作り
30	31 ★夏ブラ・囲碁					

8月

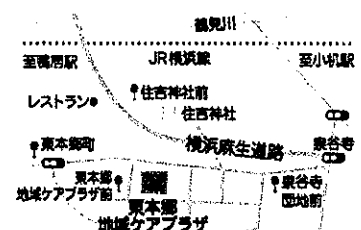
日	月	火	水	木	金	土
		1 ピンポンサロン	2 ★夏ブラ・よりみち学習 ★スクエアステッププラス 囲碁サロン	3 ★夏ブラ のんびりサロン ストレッチ体操	4	5 ピンポンサロン
6	7	8 ★夏ブラ・よりみち学習 ピンポンサロン	9 ★夏ブラ・よりみち学習 囲碁サロン	10 ひがぼん ポッチャ (共)	11	12
13	14 ★こころの病	15 のんびりサロン ピンポンサロン	16 ★夏ブラ・料理 ★スクエアステッププラス 囲碁サロン	17 ストレッチ体操	18 ★夏ブラ・ポッチャ	19 ピンポンサロン
20 ★夏ブラ・蕎麦打ち	21	22 ひがぼん ピンポンサロン	23 ★夏ブラ・よりみち学習 囲碁サロン 健康相談	24 ストレッチ体操	25 ★夏ブラ・ポッチャ	26 ★かもかもクラブ
27 休館日	28	29 ピンポンサロン	30 囲碁サロン 健康相談	31 ★介護予防講座		

イベントカレンダーは、ケアプラザの自主事業・共催事業のみをお知らせしています。貸し館ご利用の各団体の活動日などについては、「登録団体紹介」冊子にてご紹介しています。ご希望の方は受付までお声掛けください。
 広報誌『たんぼぼ』はケアプラザ館内の他、東本郷郵便局、鴨居地域ケアプラザ、城郷小机地域ケアプラザ、白山地区センター、城郷小机地区センターにもご協力頂き配布・配架させて頂いております。是非、ご利用ください。



【アクセス】

鴨居駅 (JR) からバスで。
 「東本郷地域ケアプラザ前」
 「東本郷町」
 「泉谷寺団地前」バス停下車。



地域の情報は東本郷地区社会福祉協議会ホームページをご覧ください。
<http://higahonsonyakyou.a.la9.jp/> 「東本郷地区」と入力し検索しても閲覧可能です。